(22

AFFULGENTE NUMINE DIVINO!

DIÆTA LITERATORUM,

INDULTU

Magnifici ac Gratiosi Ordinis Asclepiadei,

SUB TUTELA

GEORGII WOLFFGANGI WEDELII

MED. DOCTORIS,

ET THEORETICES PROF. PUBLICI,

Patroni ac Præceptoris sui observantiæ cultu submisso prosequendi,

CENSURÆ PHILIATRORUM PUBLICÆ

à

IOHANNE Rottenberger/

Ilmo-Schvvartzburgensi,

proposita

IN AUDITORIO MEDICORUM,

die Januarii

ANNO CIↃ IↃC LXXIV.

EDITIO QUINTA,

cum

Additamentis PARADOXIS.

JENÆ

LITERIS KREBSIANIS. MDCC IX.



Σὺν τῷ Θεῷ.



Vid de Diæta ſenſerit *Paracelſus*, ejus declarant facta, dictaque confirmant. Nocte ac die ebrietati litabat, mentisque ſuæ ſatis compos raro repertus, ægris rationem vivendi liberam ſine ratione concedebat. Hunc ſecutus *Helmontius*, niſi pejori, parili ſaltem in Diæteticen utitur injuriâ, dum eam *lib de vict. rat.* proditricem æſtimat ignorantiæ cauſarum, veræ medicinæ & præpotentis remedii. Sanationes, *inquit ibidem* §. 4. medicaminum ſunt, non ciborum effectus; Puduit me hujus partis.

Verumenimverò in quo pretio ſcriptoribus hiſce diæta fuit, in eodem meritò eorum de diætâ judicium.

Quantum cibi ac potus, rerumque nonnaturalium reliquarum regimen in viribus reparandis, conſervandis, indole quoque nativâ immutandâ ac corrigendâ polleat, pluribus, ni brevitati hîc ſtudendum, demonſtrari poſſet. *Verulamius lib. 3. cap. 1. hiſt.*

nat. ſe natum, ſcribit, parente non ſenio ſolùm, ſed multis infirmitatibus & nimio medicamentorum uſu confecto, adeoque à vitæ ſuæ initio habuiſſe corpus adeò debile & malè conſtitutum, ut Medici determinatè aſſererent, fieri naturaliter non poſſe, ut annum 14. attingeret: Se tamen victus uſu accurato, & fugâ ſtudioſâ eorum, quæ ſibi experiebatur noxia, prolongaſſe vitam jam tum, cum hæc ſcriberet, ad annos 60. non abs ſpe eam ulterius producendi.

Hœdi ovium, agni caprarum lacte nutriti mirè immutantur: hi lanam duriorem, illi capillum tenuiorem acquirendo. Arbores quoque ac plantæ variant non tàm ob ſeminis, quàm alimentorum ac ambientis aëris varietatem. Quid dicam de ingeniis hominum? Nonne ea diverſimodè comparata eſſe, pro uſu rerum non naturalium diverſo, ipſa loquitur experientia? Nec ipſa medicamenta ad placitum operantur unquam, ſi error in rebus non-naturalibus committatur, etiam ex mente *Galeni, libro de Theriacâ ad Pamphil. cap.* 4. ſic ſcribentis: Οὐδὲν οὕτως ἐστὶν ἰσχυρὸν ἐν ἰατρικῇ βοήθημα, ὃ τὴν ἐξ αὐτοῦ γινομένην ὄνησιν δύναται ἐπαγαγεῖν, ἢ ἀντιπρασσόμενον ὑπὸ κτ̄ δίαιταν, ἢ μὴ συνεργούμενον, *nullum enim tam efficax remedium medicina habet, quod ſolitum auxilium afferre queat, ſi ei victus vel reſiſtat, vel non cooperetur.*

Hæc inter alia me moverunt, ut partes *Paracel-*

si ac *Helmontii* deseruerim, atque Diætam, Literatorum præprimis, sanitati accommodatam, pro ingenii modulo exercitii gratiâ tractandam elegerim. Conatui huic ut Numen supremum faveat, mente contendo humillimâ.

SECTIO I.

Etymologiam sistit cum Definitione rei.

CAPUT I.

De Etymo.



Iætam Literatorum examinaturus successu vix gaudebit prospero, nisi vocum etymon quodammodo habeat perspectum. Pauca hinc prælibanda de eo duxi, ne in ipsius rei consideratione significatus varius turbas queat excitare.

Dictam volunt Diætam ἀπὸ τῶν διαίτων, h. e. *à conviviis*, quæ in ea peragebantur: *Varroni* origine Latina esse dicitur, quod in ea *per diem* ederetur. Vndecunque derivetur, significatum obtinet varium in foro tam Medico, quam Politico. *Aristophanes* eam pro cœnaculo ac loco, ubi hospites excipiuntur, usurpasse legitur. Aliis locus est, ubi ad iudicium conueniunt arbitri, nec raro apud ICtos diæta audit ein Landtag/ *vid. Sprenger. de comit. passim.* Medicis diæta (1) est *decoctum* ad alterandum simpliciter, vel vacuandum sensibiliter aut insensibiliter comparatum. De hoc pluribus agit *Morell. lib. 1. s. 1. cap. 13. Meth. præscr. form.* (2) Moderatio alimentorum. (3) Est regimen omnium

omnium ſex rerum non-naturalium, quatenus iis aut vires ſanitatis integras conſeruare, aut inclinantes retinere annitimur. *Conf. B. Schenck. Inſt. p. II. p. m. 97.*

Literati hic non ſunt (1.) quocunque modo literati, ſeu literis notati. Nec (2) illi, qui Muſis quidem dedere operam, at caſtra earum tandem deſeruerunt, ac negotiis domeſticis ſolis incumbunt. Verum illi hic veniunt conſiderandi, qui curas ac labores ſuos ſtudiis conſecrant, vitamque vtplurimum ſedentariam agunt.

Cap. II.
Definitionem proponit.

VT, quæ acceptio inpræſentiarum obtineat, clarius pateſcat, lubet hanc definitionem ſiue potius deſcriptionem, plurium verborum anfractu ſepoſito, dare: *Diæta Literatorum eſt vſus rerum non-naturalium, Literatorum ſanitati idoneus.*

Definitio quæuis duplici abſoluitur conceptu, *communi* ac *proprio.* Iſtius locum ſuſtinet vſus rerum non-naturalium, qui & ſenum & infantum, etiam nondum lucis vſura fruentium, diætæ conuenit.

Cum autem Literatorum diæta peculiaria habeat ab aliorum regimine, reliqua addenda erant verba, vt iis conceptus proprius innueretur, & ſic ab aliis diſtingueretur. Senſus definitionis erit clarior, vbi verba, e quibus conſtat, erunt examinata.

Vſus vocabulum h. l. non vtilitatem ac commoditatem aliquam, ſed ipſum vtendi actum ſignificat.

Rerum non-naturalium nomine veniunt iſtæ, quæ inter naturales ac præternaturales quaſi mediæ ſunt, ſanitati-

que

que & prodeſſe & obeſſe poſſunt, ſex vulgo numeratæ: (1) Aer. (2) Cibus ac potus, & eo relata abſtinentia. (3) Somnus & vigiliæ. (4) Motus & quies. (5) Excreta & retenta. (6) Animi παθήματα. Harum regimen vulgo in Diætam naturalem, vitalem & animalem diuiditur.

A *Pergameno l.1. de ſanit. tuend. c. vlt.* in quatuor diſtribuuntur claſſes, ſc. in προσφερόμενα, πραττόμενα περιέχοντα, καὶ ἐκκρινόμενα, h. e. *in ea quæ aſſumuntur, geruntur, foris accedunt, excernuntur.*

Corpori ita neceſſariæ ſunt, vt ne viuere, multo minus ſanitate integra frui ſine illis liceat. In determinando igitur harum vſu legitimo ſudarunt autores plurimi, iique Clariſſimi, *Cardanus, Ficinus, Horſtius, Sennertus* aliique. Sed vt paſſim in foro medico accidere ſolet, facilius ac promtius regimen earum præſcribitur, quam obſeruatur, tum ob multorum mores medicis conſiliis contrarios, tum etiam fortunam quorundam tenuem, hanc vel illam diætam ſeuere prohibentem.

Loco poſtremo poſita vox *Idoneus* requirit, vt ne in quantitate, qualitate, vtendi modo, tempore aut aliis circumſtantiis committatur error. Quæ vt diſtinctius appareant, de ſingulis rerum non-naturalium ſeorſim erit agendum, & quidem in

SECTIONE II.

Examinanda ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΑ.

CAPVT I.

Aerem Literatis deſignat.

AEr pabulum tum ſanorum, tum ægrorum momentaneum, mutationes varias tunc patitur, quando ipſi particu-

ticulæ associantur, nunc salinæ, nunc sulphureæ, nunc mercuriales, arsenicales aliæque venenosæ, pro anni tempore, cœli constitutione, locisque, quæ permeat diversis.

Et hæ mutationes non possunt non communicari cum corpore, cum aere ipsi carere nec minimo liceat tempore, &, elogio *Herodoti*, mutationibus eiusdem præcipue existant in hominibus morbi. Afficitur proinde nunc humiditate, nunc siccitate, nunc frigiditate, nunc caliditate, nunc alia qualitate.

Hinc quæstio oritur, quinam Literato, ut non minus corporis, quam mentis vigor ei conseruetur, conveniat? Cum indiuidua secundum temperamenta itemque ἰδιοσυγκρασίας mirum in modum differant, & differentiæ istæ accurate comprehendi a Medico sæpe difficulter queant; eligendus primo aer temperatus, deinde attendendum ad nocentia atque iuuantia. Quemlibet igitur, non modo in aeris, sed & in omnium rerum non-naturalium usu, corporis sui constitutionem scrutari oportet, & quid sibi proficuum, quid contra ea nociuum, obseruare. Hinc quæstioni propositæ vix satisfieret, si generaliter aut frigidus, aut calidus &c. aer literatis conueniens statueretur. Dantur casus, vbi frigidus nocet, calidus prodest, præprimis post exercitia immodica frigiditate pori obstruuntur, sicque effluuia retinentur, quæ retenta putredini, lassitudini præternaturali, febribus aliisque malis fomitem subministrare possunt facile inflammabilem. Quare consultum minime videtur, post exercitia ad sudorem vsque continuata, in loco subterraneo aut alio frigidiori leuamen quærere. Dantur etiam casus, vbi contrario modo concludendum; Qui enim tempestate hyberna membra frigore rigentia calidiori foco credit, ex subsequentibus symptomatibus male se egisse sentit.

Si

Si iudicii ac memoriæ actiones, quibus occupatos præ ceteris Literatos vitæ genus esse iubet, respiciantur, itidem absolute nec calidus, nec frigidus conueniens dici meretur omnibus. Actio seu operatio iudicii tam prospero successu non gaudet, quando suscipitur in aere frigido, quam quando in calido. Calida aeris constitutio spirituum motui amica, & consequenter ideis pluribus formandis aptissima. Frigidior contra temperatura actionibus memoriæ fauet, hærentque tenacius, quæ loco frigidiori quis, tardius licet, quam quæ calidiori addidicerit.

Breuiter decidi quæstionem putarim, assignando cuiuis temperamento & actioni aerem proportionatum, h. e. qualem quodlibet requirit indiuiduum.

A *Sennerto inst. l. IV. p. 1. cap. 2.* ille quidem optimus censetur, qui in qualitatibus primis est temperatus, purus, nullisque inquinamentis infectus, serenus, lenibus ac suauiter spirantium ventorum flatibus agitatus, quique salubribus pluuiis interdum irrigatur. Paucis interpositis pergit: Talis aer calorem temperatum conseruat, spiritus illustrat ac recreat, sanguinem attenuat, corpus in integra sanitate conseruat, & ad actiones omnes alacre reddit, omnique ætati ac temperamento salubris est.

Annon vero Literatis, qui calidioris sunt naturæ, aer salubris sit etiam ille, qui ad frigidum inclinat, negare non ausim. Arbor incurua, si recta optetur, in latus oppositum blande est retorquenda. Hic loci a *Pansa* non dissentiendum reor, dicente: Aer temperatus temperato inprimis homini, frigidior calidiori, calidior frigidiori, siccior humidiori, humidior gicciori hominis naturæ vtilior. *Vid. lib. 1. de prorog. vit. p. m. 102. Jonstonius*, ob iudicii rationem Literatis habendam, iubet functionem eius defendere, roborare, ac in statu naturali conseruare, aere (1) *subtili*, (2) *puro*, (3) *odoratiori*.

Talem præ ceteris anni temporibus vernum suppeditat, quando arbores foliis se induunt, brachiaque sua floribus ornant fragrantibus. Deambulatione tunc temporis instituta moderata, præprimis locis iis, vbi tiliarum prouentus felix, mirum quantum vires roborentur animales.

Roborantur ac reficiuntur quoque, quando aer temperatur flatu subsolani. Ventus hic, vtpote e calida ac sicca mundi plaga spirans, calidæ siccæque naturæ esse solet, viribusque nostris admodum gratæ. Sequitur inde Musea esse debere Orienti exposita, vt liberum purumque admittant aerem. Nec incommodum, fenestras quoque aperire Musæorum ac Bibliothecarum, vt conclusus aer ventiletur, atque a putredine præseruetur. Eundem in finem granaria in fastigiis ædium, cum fenestris ad orientem ac septentrionem, *Verulamius* collocari commode scribit.

Septentrionalem quod concernit, respectu orientalis secundum salubritatis gradum obtinet, & frigidus statuitur ac siccus. Dignum notatu, quod in seminio venenato profligando reliquis omnibus palmam præripiat, adeo, vt pestis ex eo oriri solita, raro aut nunquam tempus hybernum, quo Septentrionales dominium vtplurimum tenent, superasse sit obseruata.

Occidentales tertio ponuntur loco, frigidi sunt ac humidi, potiusque vegetabilium, quam animalium generi proficui.

Meridionales, vtpote vastum mare & maximas paludes transeuntes, putredinis miasmata secum vehunt promtissima. Caliginem visui obducunt, caput grauant, sua dum humiditate partium fermentationem blandam ac naturalem impediunt. Plura qui desiderat hac de materia, adeat *Sennertum*, *Quercetanum*, *Magirum*, *Horstium*, aliosque.

Studiosus sanitatis, propriam naturam exploratam habens, ex dictis quodammodo perspicere potest, quemnam ad-

mitte-

mittere aerem debeat, quo minus in actionibus naturalibus impediatur; vtque pro circumſtantiarum ratione alteretur, corporique amicus reddatur, per contraria corrigendus eſt.

Aer, qui contraxiſſe præſumitur μιάσματα venenata, corrigi debet accenſis *baccis* atque *fruticibus iuniperi*, *foliis abſinthii* ac *rutæ*, itemque *cornibus* varii generis. A *Sennerto lib. 4. c. 5. de peſt. præſ.* commendatur puluis ſequens:

℞ *bacc. iunip.* m. IV. *herb. rutæ, ſabinæ,*
rad. helenii, cort. ext. betul.
corn. hirc. raſp. a. m. ij. *fol. querc. myrrh.* a. ℥j.
M. F. Puluis.

In conſtitutionibus malignis etiam aerem atomis atque effluuiis animatis imprægnatum nos inficere, tradit *Kircherus lib. de peſte.* Emendari autem poteſt putredinem inhibentibus, ambuſto *abſinthio*, ⊖*lo*, *nitro*, in aceto & aqua decoctis. Exhalans vapor ea exanimat & internecioni tradit, paria huic præſtat ſuffimentum ex *pice*, 🜍*e* & *ſale.*

Cum indiuidua, vt dictum, diſcrepent, hoc loco monendum, vt quilibet ea eligat ſuffumigia, quæ naturam ſuauiter afficiant. Quibusdam nauſeam quædam excitant, aliis alia, ſuffocationis periculum minitantur, quod a poſteriori vtplurimum ſaltem a Medico cognoſcitur. Nec ſubticendum, quod in ſuffitibus fumus denſior ac craſſior, ex optimis ac pretioſiſſimis licet excitatus ſimplicibus, plurimum obſit viribus animalibus: hinc e Muſeis exeundum, donec diſpergantur nebulæ craſſiores.

Calidus ac ſiccus aer, ſi cui moleſtias pariat, temperari poteſt linteis madidis in conclauibus ſuſpenſis, perfuſionibus ex aqua frigida factis, ſparſione foliorum *vitis*, *ſalicis*, *nymphææ*, *roſarum*, aliorumque refrigerantium ac humectantium.

Frigidum emendare docet *Horatius, lib. 1. Carm. Od. 9.*

Diſſolue frigus, ligna ſuper foco
large reponens: atque benignius
deprome quadrimum Sabina,
O Thaliarche, merum diota.

Auſtrinus ac humidus aer corrigi aut euitari ſolet clauſis conclauibus, foco luculento, ſtratisque per Muſea *floribus ſaluiæ, lauendulæ, rorismar. maioran. thym. ſerpill.* nec non fumo, quem *ſuccinum, thus, ſtyrax calamita, benzoe, ſandaraca Arabum*, ſeu *gummi iuniperinum, tacamabaca, elemi, animæ, maſtiche, ladanum*, aliaque ex his compoſita accenſa præbent.

Accidit nonnunquam, vt tempora nocturna Literati ſtudiis conſecrare cogantur, ſicque opus habeant candelarum vſu. Harum fumo vero cum aer in muſeis ac conclauibus mirum in modum alteretur, imitandum famæ illuſtris virum putarim, qui fumum candelæ tubo e laminis ferreis parato per feneſtram pulchre educit. Quando vero aeris noxa propter rationes ineuitabiles ferenda, Literatus eo dirigat curam, vt reſarciatur reliquarum rerum non-naturalium vſu commodo. Nec conſuetudo ex animo mittenda: conſuetus quippe aer, deterior licet, inſueto, vtut ſalubriori, ſalubrior.

CAPVT II.

Quid in alimentorum aſſumtione obſeruandum, determinat.

Corpus humanum horologio concinne comparatur. Hoc ſi cura decenti tractatur, & oleo convenienti tempeſtiue inungitur, vſui deſtinato aptum, & ab aeris iniuria aliisque incommodis illæſum diu conſeruatur. Corpus noſtrum, omnesque e quibus compoſitum eſt partes eius rite funguntur officio, modo decenti tractentur alimentorum vſu. Hoc obſer-

obſeruatur, quando in aſſumtione alimenti (1) *ποσότης Quantitas*, (2) *ποιότης Qualitas*, (3) *χρόνος Tempus*, (4) *τρόπος τῆς χρήσεως, vtendi ordo* caute attenduntur.

Ratione Quantitatis, Literati, cuiuscunque ætatis, eo laborare debent, vt aſſumta non virium gravatio, ſed inſtauratio excipiat; ſive, tantum ventriculo propinandum, quantum ſine mentis operationibus impeditis poſſit concoquere. Id qui obſeruat, curam ſanitatis gerit prudentiorem iis, qui cibum ac potum pondere ac numero certo menſurare ſolent. Quod idem notatu digniſſima verba *Hippocratis l. de vet. medic. c. 15. & 16.* requirunt: Δεῖ γὰρ μέτρου τινὸς στοχάσασθαι. Μέτρον δὲ οὐδὲ σταθμὸν, οὐδὲ ἀριθμὸν οὐδένα ἄλλον πρὸς ὃ ἀναφέρων εἴσῃ τὸ ἀκριβὲς, οὐκ ἂν εὑρήσεις ἄλλο, ἢ τοῦ σώματος τὴν αἴσθησιν. *Oportet modum aliquem coniectare. Modum autem, neque pondus, neque numerum aliquem ad quem referas, cognoſces: certitudinem enim exactam non reperies aliam, quam corporis ſenſum.*

Quantitatem variant tum anni tempora, tum Literatorum conditiones diuerſæ. Hyeme plus, quam æſtate, cibi ingerendum ſuadet calor tunc temporis concluſus, coctionemque mire promouens. Sanguinis etenim particulæ ſubtiliores, calidiores ac concitatiores, non tam facile per cutis poros, frigore tum coarctatos, quam æſtate tranſpirant; quapropter maiori copia in ventriculum aliaque membra feruntur, digeſtionem ac coctionem adiutum. Conſentit *Carteſius epiſt. 52. p. 1.* Pro varietate conditionum, quorundam fortunæ corporis exercitia permittunt, qualia ſunt ſaltandi, equitandi, digladiandi & ſimilia, de quibus *Moſcheroſch de Exercit. Academicis* conſuli poteſt: Quorundam vero res anguſta domi ea prohibet, iuuatque hos doctis impalleſcere chartis. Illos manu liberaliori cibare omnino decet: Hos non item. Ratio eſt, quia meditationibus continuis actiones naturales non, vt motionibus

tionibus ac corporis exercitiis, promouentur, ſed ſufflaminantur. Ne tamen natura horum plane ſuccumbat, erigi ac confortari poteſt gutt. aliquot *ſpiritus* *☉li ſimplicis*, *philoſophici*, *ſalis*, *elixiris proprietatis*, *pilulis aloephangin.* horulæ ſpatio ante paſtum, aut, pro circumſtantiarum varietate, tempore matutino aſſumtis.

Abſtinentiam facili negotio medici præſcribere poſſunt illis, quos parce cibare ſors iubet tenuior. Verum quibus fortuna epulas conceſſit lautiores, difficulter ſuadetur; admodum enim moleſtum, cibos delicate apparatos uſurpare ſaltim oculis. Tollere omnem moleſtiam poſſunt ac debent commoditates, ex abſtinentia ac frugalitate emergentes, quas longa ſerie enumerat *Leſſius in Hygiaſtico p. m. 58. ſeqq.* Nec in exceſſu nec in defectu peccandum, ne morbi contingant, *vid. 1. aphor. 4. & ſeqq.* Non viuere oportet, vt edas, ſed edere, vt viuas. Male igitur faciunt illi Literati, qui ad demenſum cibant, vix id corpori ſuggerentes, quo neceſſe habet, multo minus ad ſatietatem.

Multi etiam delinquunt, qui exiſtimant, oportere ſe mundo emori, abducere ſe omnibus conuentibus familiaribus, & libris, non Libero inhærere. Sed merito non inuidendum literarum amatoribus, vt interdum ad refocillandos ſpiritus hilarius viuant, dummodo modus non excedatur, quæ verba ſunt *Laurembergii comm. in mnemon. Ciceron. a Nobiliſſ. & Excell. D. PRÆSIDE edito.* Sin vltra terminos tranſitus fiat, potiſſimum quoad potum, cogitandum eſt cum Cyro apud *Xenophontem*, vino mixtum eſſe venenum, memoriæ puta, ingenii ac iudicii.

Si quis vero exceſſus fuerit commiſſus, abſtinentia corrigitur commodius, quam medicamentis purgantibus, atque exercitiis vehementioribus. Sic natura ſibi relicta digerenda

digerit,

digerit, fermentanda fermentat, corporisque discordiam concordem, sine qua nulla operationum feliciter perficitur, restituit.

Ratione Qualitatis ea hic locum habent præ reliquis, quæ partium sunt tenuium, euchyma, cum quadam humiditate iuncta. His non modo vires reparantur animales, sed & obstructiones aluinæ, cerebri functionibus maxime infestæ, præcauentur. Nulla tamen regula sine exceptione, igitur neque hæc. Etenim alii particulis abundant salinis; alii ♀reis; alii serosis; alii sulphureis, vt, qui eundem cibum, etiam optimum in suo genere, omnibus commendare auderet, frustra esset. Ἰδιοσυγκρασία cuiuslibet est respicienda, quidque hæc admittat, quid respuat, probe expendendum. Si vero quæratur, an varietate ciborum vti concessum sit literato; Distinguendum nos docuit *Nobil. D. PRÆSES, Præceptor devote colendus*, inter varietatem æqualem & inæqualem. Si cibi non contrariis pugnantes frontibus assumantur, bonum est, & hæc varietas tum appetitum delectat, tum stomacho potius prodest, quam nocet. Ea vero quæ sunt inæqualia, absint a mensa, *τὰ γὰρ ἀνόμοια στασιάζει, inæqualia*, Coi testimonio, *seditionem mouent.* Hinc lacticinia & acida, dulcia cum amaris, medicamina cum alimentis, aliaque eiusmodi discordia non facile commisceat. Etenim caseus, iuscula lactis & alia lacticinia, cum cibis ex aceto, vino austero, cereuisia vetustiore, aut alio quouis acido paratis assumta præcipitantur, corrumpuntur, naturæque nostræ qualitates inimicas adsciscunt, sicque arthritidis, calculi, scabiei, scorbuti, mali hypochondriaci, aliorumque affectuum melancholicorum semen in corpore spargunt.

E vegetabilium genere quæ petuntur alimenta, ac referta sunt facultatibus medicamentosis, cum difficultate aliqua co-

quun-

quuntur ac assimilantur. Quæ animalium genus suppeditat, & magis familiaria sunt naturæ, præ prioribus expetenda. De vtrisque prolixe *Sebizius Tract. de Alimentis* scripsit. Optime sibi consulit Literatus, qui ventriculum & vegetabilium ac animalium generi assuefacit, adhibita per aromata, si qua opus, correctione. Sic mutationes pro necessitate ferendæ feruntur facilius, & noxiæ qualitatis alimenta sæpe redduntur innoxia, secundum illud *Hippocraticum*: τὰ ἐκ πολλοῦ χρόνου συνήθεα, κἂν ᾖ χείρω, τῶν ἀσυνήθων ἧσσον ἐνοχλεῖν εἴωθε. *Consueta multo tempore, etiamsi deteriora fuerint, inconsuetis minus molestare solent, 2. aph. 50.*

Ratione Temporis siue quantitatis discretæ, consuetudini pariter ac temperamento obsequendum. Consuetum tempus subito temere mutatur. Bis igitur de die cibo refici soliti, dum & sanitati & negotiis conuenienter agunt, consuetudinem non mutent, nisi etiam constitutionis propriæ mutationem timere velint. Gracilioribus tamen nonnulli sæpe, at parum vna vice, comedere vsui esse contendunt. Dantur alii, qui sæpius per diem ventriculum infarciunt, eum in finem, vt formam sibi concilient speciosam ac amœnam, sed id sæpissime efficiunt, vt tabe conficiantur, seque formæ amœnitate pristina defraudent. Nec id mirum, quem enim fugit a superfluitate assumtorum abundantiam serositatum, ab hac caloris ac coloris mutationem, temporisque successu nutritionis deprauationem oriri? Noctu alias coctio, interdiu distributio melius perficitur.

Ratione Ordinis in id incumbendum, vt lubricantia præmittantur: strictoria vi prædita agmen claudant. Sic præcauentur obstructiones, febres, aliaque mala neruoso generi periculum minantia. Quibus tamen aluus vltra debitum aperta, ordine inuerso vti conuenit. Nec me in hac sententia

ter-

terret experientia anatomica, quæ cibos in ventriculis multorum animalium ſine ordine poſitos demonſtrauit. Sicciores cibos potus interſtitio irrigandos iubet fermentatio, quæ in humido, quam ſicco, negotio promouetur faciliori.

Potulenta fortiora, qualia ſunt vina Hiſpanica, ex Italicis quædam, præprimis Neapolitana aliaque, quibusdam aqua diluere in vſu. Num id Literatis proficuum, diſpicere lubet.

Minus ſalubre id eſſe euincere videtur aquarum cruditas, quæ apta nata 1. ad coctionem ventriculi & fermentationem retardandam; 2. imbecillitatem progenerandam: 3. ſpirituum agilitatem ſufflaminandam, Literatis maxime neceſſariam.

Hæc tamen obſtacula firma adeo non ſunt, vt affirmantium viæ inſiſtenti reſiſtere poſſint. Non inficias eundum, aquis cruditatem ineſſe, ob quam liberius ſumtæ ventriculi tonum laxant, & fermento eius prius obtuſo & eneruato, fermentationem naturalem impediunt. Aſt forti vino commiſta aqua conſtituit miſturam gratiſſimam, cruditasque aquæ corrigitur actiuitate vini excedente, vt duo hæc iuncta coctionem magis promouere poſſint, quam alterutrum ſumtum liberius. Hinc *Excell. Dn. D. Tackius Chryſog. ſua animal. & mineral. p. m. 99.* Dilutum, *inquit*, aqua merum, vt antiquis præferri cœpit: Sic dolendum, hodierno noſtro ſeculo id ipſum in mortalium detrimentum euileſcere cœpiſſe, cum ſic nocituri ſpiritus frangantur, fæculentiæque terreſtres rectius ad ureteres, mediante lympha, deducantur, neque tam cito coagulationi ſpiritus vini pareat, ſi ſit temperatus. Notum enim eſt, quam ſubito coaguletur vini ſpiritus ſubtiliſſimus, correptus a ſpiritu vrinæ. Vnde ſabulum, coagulationes ſanguinis, calculi, obſtructiones, affectus ſcorbutici, putredines, empyemata & abſceſſus, ſeu ſenſuum torpores, motus imbecillitates & tandem repentina abolitio principum facultatum.

Quando igitur aqua (2) imbecillitatem generare dicitur, id de aqua interpretandum venit ſimplici, & quidem liberius iuſto ſumta. Vino infuſa fortiori vires ventriculi ita tutatur, vt vini aculeos ferre poſſit innocuos. Mihi procul dubio aſſenſum præbent, qui Baccho vltra debitum litarunt, ardoremque ventriculi e vino fortiori contraxerunt. Reſtinguere hunc tentant aquæ potu, & ſane negotium ita ſuccedit, vt ſcripto metrico gratum erga aquam animum teſtandum exiſtiment. Rationi non diſſona hæc videtur cura; ſpicula namque, quæ vinum ventriculo non minus, quam toti corpori deſtinat, retorquentur & aquæ immittuntur, quæ in modica quantitate aſſumta ſic quodammodo ſubtiliſatur, & cruditatem, quam natura ſua habebat, amittit, reliquisque humoribus amice conſociatur, modo pro circumſtantiarum ratione quies loco idoneo hauſtum excipiat iucunda.

Nec (3) ſpirituum agilitas patitur nocumentum, modo non ipſum vinum ſit ὀλιγοφόρον, & ob aquoſitatem excedentem aquæ parum vel nihil ferat. Potius remora ipſis aduenit ex vſu vini meraci. Hoc prima fronte a veritate alienum cuidam videri poſſet, ob ſpirituoſas & ad motum promtiſſimas vini particulas. Qui vero manu chimica tractauit vinum, facile fatebitur, illud non tantum ſpiritu ſubtili, penetrante ac confortante turgere, ſed tartarea, ſalina ac ſulphurea, narcoticaque ſubſtantia, ſpiritibus, adeoque Literatorum actionibus, modo peculiari infenſa. Hanc affuſio aquæ modica diluit, temperat, ſicque impedit, quo minus facultates narcoticæ ſpirituum agilitati reſiſtere poſſint.

Sunt etiam aliæ vini correctiones in vſu, per *ſuccos acidos citriorum, limonum* & *aurantiorum*, quæ vt tutæ ſunt ac iucundæ; ſic merito commendandæ.

Cum in præparatione alimentorum etiam reſpectus perſonarum

ſonarum ſit habendus, capiti huic annectere lubet præceptum *Panſæ*, iis fortaſſe, qui in Academiis viuunt, non inſuper habendum. Coqua, *inquit p. m. 128. lib. de pror. vit.* ſit lepida, formoſa, non auſtera, ſed gratioſa, non annis pannisque obſita, ad cuius in mentem reuocationem nonnulli in vomitus periculoſos incidere ſolent. Omnis ſpurcities invisa noſtræ naturæ. At quænam hæc munditie, ſi coquæ foco adſtantes de pulicibus capiendis ſint ſolicitæ? Cuiusmodi beſtiolas ſæpe tanto inſequuntur ardore, vt iſtæ præ nimio terrore de fuga ſibi proſpicere, & charybdin deuitare volentes in Scyllam incidant, & iuſculis quandoq; immerſæ pereant. Quis non abhorreat eiusmodi ſordidas venatrices, ad ſues ablegandas?

SECTIO III.

Siſtit τὰ πρατ]όμενα.

CAPVT I.

De Somno Literatorum.

SOmnum ac vigilias moderate ſe habentia, ad corporis non minus, quam animi functiones pondus afferre maximum, experientia quotidiana loquitur. Sed vt πᾶν τὸ πολὺ τῇ Φύσῃ πολέμιον, *omne nimium naturæ inimicum*; ita & ſomnus ac vigiliæ, vtraque modum excedentia mala ſunt, 2. *aphor. 3.* Somno nimio qui dediti ſunt Literati, humoribus pituitoſis replentur, mentis aciem amittunt, memoria priuantur, ſtuporeque ac ſegnitie obruuntur. Somnus refectioni neceſſarius eſt, hunc tamen ſi per dies & noctes continues, mors erit, eleganter ait *Seneca l. de T. A, p. 333.* Vigiliis contra indulgentes immoderatis, primo patiuntur affectus iam recenſitis contrariam faciem repræſentantes, tempore vero ſubſequente iiſdem

dem redduntur obnoxii. Ratio videtur esse, quod continuis vigiliis nimis agitantur spiritus animales, qui affectuum calidorum sic agitati vtplurimum causa existere solent. Cum vero fermentatione & agitatione hac præternaturali particulæ in humoribus actiuæ sensim ac sensim euolent, sanguis vappescere quasi, adque constitutionem frigidam disponi incipit. Hæc vt præcaueantur, somnus Literati sit (1) moderatus, (2) nocturnus, (3) non statim a cœna capiatur, (4) decubitu fiat conuenienti.

Somnus (1) moderatus tunc est, quando durat ad coctionem absolutam, viriumque reparationem. Idque in mediæ ætatis literatis communiter septem, octo aut nouem, horis contingere statuitur. Septem horas nonnulli præcise determinant; Sed limitatione omnino opus est, & distinguendum inter ventriculi coquentis, & alimenti coquendi constitutionem ac qualitatem. Imbecillitate ventriculi quadam laborantibus dormiendi terminus longior constituendus, id quod a *Celso* approbatur *lib. 1. c. 2.* Qui bene concoxit, mane tuto surget: qui parum, quiescere debet, &, si mane surgendi necessitas fuerit, redormire: qui non concoxit, ex toto quiescere, ac neque labori se, neque exercitationi, neque negotio credere. Etiam alimenti tum maior quantitas, tum quoque cruditas somno longiori vti, plumisque calentibus diutius solito inhærere iubet, si quis per diem studiis suis idoneus viuere velit. Aurora musis amica, sed saluo corporis debito. Non defraudandum est corpus quiete, vt vigilet animus; danda est remissio animo, vt corpus melius & alacrius a quiete surgat:

II. Nocturnum diurno præferendum dictitat (1) noctis suaue silentium, quo fit, vt sensus minus irritentur obiectis. (2) Vmbræ nocturnæ, quæ idem præstant. (3) Constitutio aeris frigidior, qua pori clauduntur, viscerum coctiones promouentur, ac amico vapore cerebrum perfunditur.

Sæpe

Sæpe autem accidit, vt literatis ob caufas inevitabiles vigilando nox fit tranfigenda, quo cafu fomno horas matutinas dicare conuenientius, quam pomeridianas. Peior fomnus, ait *Cous Pranot. c. 9.* qui a tertia diei parte ad noctem vsque capitur, quam qui matutino tempore fit. Caufæ autem asfignari folent: (1) Brevitas temporis inter prandium atque cœnam. (2) Somni meridiani affectus molefti; Replet caput vaporibus, fenfus ftupidos reddit, fluxiones concitat, corpus quafi ἐφθὸν *elixatum* atque turgidulum reddit. (3) Fit contra τὸ συνηθὲς κα]ὰ φύσιν. Interdiu fpiritus atque calor ad aerem lucidiorem mouetur fponte, quem fomnus cogit vifcera fua repetere. Inde fit, vt hinc inde diftractus, ac corpus ipfum turbetur. Vid. *B. Rolfinc. Ord. & method. comm. l. 2. Sect. III. c. 54. p. 125.* Non nocet vero adeo fomnus meridianus, fed confert potius 1. debilioribus caufariis, 2. ficcioribus, & falinis humoribus pollentibus naturis, 3. qui debili funt ventriculo ex coctionis defectu, præfertim fi confuetudo, ætas & alia id permittant. Nocturnum vero fomnum commendamus literatis non folum, quatenus opponitur diurno, fed & vigiliis & lucubrationibus nocturnis. Olent lucernam fæpe fcripta, fed corpus a Pallade pallorem mutuatur, a Minerua hac nocturna minuuntur nerui: Non vim fuam habet ventriculus, eleganter ait *Barclaius*, evocato ad laborantis cerebri fubfidium igne; non cerebrum, intempeftiuo folicitatum ftudio. Hinc mirum non eft, quod bina potiffimum literatorum peccata, morbum eorundem familiarem, affectum puta hypochondriacum, caufant: lucubrationes & vita fedentaria.

III. Cœnam ac fomnum minimum hora feiungat, ne actiones animales, quibus literatus præ reliquis opus habet, obtundantur. Ii quippe, qui a cœna ftatim fomno obrui folent, vtplurimum aliis hebetiores deprehenduntur.

 IV. De-

IV. Decubitu conuenienti fiat. Decubitus supinus quamuis maxime naturalis a nonnemine statuatur, naturæque conuenientissimus; tamen experientiæ, quæ sæpius noxium ipsum demonstrauit, subscribendum, & rationibus ab anatomia suppeditatis adstipulandum. In supino decubitu viscera infimi ventris renibus magis incumbunt, sicque seri segregationem remorari videntur. Deinde motui diaphragmatis, quod libere moueri amat, idem resistit. Somnum in dextro latere incipere ventriculi structura quodammodo iubet, in eo quippe pylorus, per quem emittitur, quicquid coctum ad intestina ablegandum. Quando chylus exiisse præsumitur, consultum est decubitum mutare, laterique sinistro innitendo somnum ad auroram vsque continuare, quo absoluto ad priorem redire decubitum, vt non longius incumbendo lateri vni comprimantur nerui.

Somno prouocando confert emulsio sequens:

℞. *amygdalor. dulc. ambros. excort.* ℥ß.
sem. papav. albi ℥ij. *melon. lactuc.* a. ʒj.
▽ *viol. nymphææ, lactuc.* a. ℥iiß. F. emulsio, percol. edulc.
sir. papav. simpl. q. s. ad gratiam. S. Schlafmilch.

Lotio pedum itidem cum fructu adhibetur e sequentibus parata:

℞. *fol. lactuc. salic. origan.* a. miij.
flor. chamæmel. nymphææ. a. mj.
rad. althææ, asari bene olentis a. ℥j.
summit. anethi mij.
capit. papav. n. x. Incis. D. ad Ch. S. Species zum Fußbade.

CA-

CAPUT II.

De Motu.

MOtus corporis *Jonstono Lib. I. tit. 2. c. 2. Syntagm. Med.* est eius per varias exercitationes ac labores commotio. Hunc inter res alias maxime vtiles summeque necessarias, ad humani corporis integram sanamque constitutionem conseruandam, plurimasque eiusdem languores ac infirmitates præcauendas, in quas alias homo ex nimio otio ac quiete facile præcipitaretur, sibi primum locum vendicare ait *Quercetanus Diæt. polyh. c. 11. s. 2.* Cogitet igitur literatus, quod non possit sanus manere, licet edat bene, nisi & moueatur, iuxta *Hipp. l. 1. de diæt.* quod ipsum præceptum est *Syracidæ c. 32. v. 27.*

Vt vero & huius vsus legitimus appareat, quantitatem eius, quam vulgo ad sudorem incipientem corporisque rubedinem intumescentem extendunt, examinandam sumo.

Sudor autem incipiens corporisque rubedo intumescens, non in omnibus eodem modo obtinetur: varianda hinc exercitia (1) pro *Temporum*, (2) *Locorum*, (3) *Subiectorum* varietate.

I. Quoad *Temporum varietatem* (1) Vernum, autumnale atque hybernum, exercitia exigunt longiora, quam æstiuum. Hoc enim facile sanguinem aliosque humores parte subtili ac spirituosa priuat, vt corporis amica fermentatio cessare incipiat, aliaque succedat austera, damnosa, totique œconomiæ contraria. Quid igitur mirum, si post longiorem pilæ lusum æstatis tempore æstuante, quis obruatur lassitudine insolita, appetitu prostrato, atque incendio circa præcordia molestissimo. (2) Si partes diei respiciantur, hora matutina a quibusdam modicæ commotioni dicatur. Nec male; excrementa enim ad excretionem mouentur. (3) Demum tempus pastum præcedens optimo iure motui commodissi-

mum

mum pronunciatur, & quæ motui commoda adſcribuntur, maximam partem intelligenda veniunt de ciborum aſſumtionem præcedente. Mos igitur in Academiis eſt laudatiſſimus, quo exercitia ſaltatoria, gladiatoria, aliaque horis paſtum præcedentibus a Literatis asſignantur.

II. *Locorum varietas* impedit, quo minus eadem commotio eidem ſubiecto emolumento eſſe poſſit. Loca calidiora igitur cum rarefaciendi vi polleant, temperies calida ac ſalina diu id tolerare nequit, ni quis depleri velit ſpirituoſa atque actiua corporis ſubſtantia. Frigidis contra in calidis locis exerceri conducibile. Humidiora corpora cum emolumento maiori mouentur ibi, vbi calidus & ſiccus aer dominatur, tunc enim eo magis corporis hæc exercitatio redundantem in toto corpore ſeroſam humiditatem abſumit, quæ verba ſunt *Piſonis de morb. ex ſeroſ. colluv. p. 13.* Quæ igitur loca Orientem ſpectant, temperamentis humidis eligenda ad exercendum; Calidis, quæ Septentrionem, ſub vmbra & arboribus odoriferis. Breuiter: Loca aerem contineant cuiuis proportionatum.

III. Varianda exercitia pro *Subiectorum varietate*, Literati, prout ſuperius dictum, diuerſæ ſortis ſunt ac conditionis, omnes tamen, ſi ſanitate integra frui ament, corpora mouere tempore iuſto debent ac ventilare. Etenim quilibet

Cernit, vt ignauum corrumpant otia corpus,
vt capiant vitium, ni moueantur, aquæ.

Lautioris qui ſortis ſunt, hincque pleniore ac lautiore victu vtuntur, ante cœnæ ac prandii aſſumtionem cum εὐφορίᾳ ad ſudorem incipientem & ruborem exercentur, iis præprimis locis, vbi aeris nociui acceſſus, vt in ſphæriſteriis quodammodo fit, excluditur. Sic pituitoſi ac frigidi humores in ventriculo rareſiunt, qui efficiebant, quo minus appetitus ſtimuli ſentirentur. Tenui contra victu qui contenti viuere coguntur

guntur, ſuperſedere omnino motu vehementiori poſſunt, iisque ad appetitus excitationem deambulatio modica ſufficit. Hi ludibrio ſe exponunt non iniucundo, quando, cur exercitiis ſaltatoriis aliisque ſumtuoſis nummos conſecrent, quæſiti reſpondent, vt appetitum ventriculi excitent. Quid opus oleum camino?

Omnia hæc fiant moderate. Non vrgeatur nimiis corpus exercitiis, vbi *creber anhelitus artus, aridaque ora quatit, ſudor fluit vndique riuis.* Nec, ſi forte paulo largius incaluerit, æſtuans exponatur aeri frigido, quod *Cardanus l. 13. de rer. variet. cap. 63.* inter incommoda refert, quæ maximam partem humani generis tollunt, quod pluribus probare huius non eſt loci.

Capvt III.

Circa animi παθήματα *verſatur.*

Nullus oritur affectus, qui non cum ſanguine ſpiritus afficiat. Aut enim *rarefacit*, aut *condenſat*. Prius præſtat amor, ira, gaudium. Poſterius triſtitia, timor, deſperatio. Sanitas autem magis in principiorum noſtrorum rarefactione, quam condenſatione conſiſtit. E quo fluit, Literatos, quibus condenſatio turbidos ac opacos ſpiritus, operationibus intellectus minime fauentes, gignit, nonnunquam amare, iraſci, gaudere cum ſanitatis emolumento. Pituitoſis atque cachecticis etiam *Hippocrates 2. Epid. 4. t. 24.* iram commendat: ἐπιτηδεύειν ὀξυθυμίην ἐμποιεῖν καὶ χρώματος ἀναλήψιος ἕνεκα καὶ ἐγχυμώσιος. *Diligentia adhibenda eſt, vt excandeſcentia inducatur, & coloris reparandi, & ſanguinis in vaſa ſubter cuticulam colligendi gratia.* Iisdem ſic affectis gaudium & amorem proficuum eſſe, e natura eorum colligere licet. Æmulantur facultatem alimentorum, & medicamentorum, quæ partium te-

nuium ſunt, viresque craſſiora ſubtiliſandi ac volatiliſandi obtinet. Moderate igitur ſi iis Literatus indulgeat, nutritionem inde ſentiet ſuauiſſimam, nec exceſſuum pericula ipſi ſunt timenda, *a Quercetano in Diæt. polyh.* enumerata. De moderandis autem affectibus *Carteſius p. 1. Epiſt. 24.* ſic loquitur: Scio equidem impoſſibile fere eſſe primis, quos noua in nobis infortunia excitant, tumultibus reſiſtere, quin imo optimorum ſæpe ingeniorum affectus quam maxime violentos eſſe, inque illorum corpus vehementiſſime agere. Sed ſequenti die, ſedata per ſomnum commotione, quam eiusmodi caſus in ſanguine excitant, mihi videtur poſſe quemlibet animo componendo & tranquillando tum demum operam dare; quod fit incumbendo conſiderationi emolumentorum omnium, quæ nobis ex eo accedere poſſunt, quod vt magnum malum pridie reſpectabamus, noſtramque a malis, quæ in eo imaginati fueramus, attentionem auocando.

Quid Muſica in excitandis ac diuerſimode formandis animi commotionibus valeat, in aprico eſt. Hæc mentem componit: curas ac triſtitiam pellit: labores lenit: Spiritus recreat ac excitat.

SECTIO IV.

Ἐκκρινόμενα proponit.

CAPVT I.

De primæ coctionis recrementis.

QUi bene ingerit ac digerit, nec tamen bene egerit, ſanus degere nequit, vt ſupra laudatus *Excellentiſſimus D.* PRÆSES in lectionibus publicis neruoſe nos docuit. Ratio eſt, quia cibus ac potus, vt & aer, non in totum corporis noſtri membris adſimilantur, ſed ſubtiliores ſaltem particulæ. Terreſtriores

ac calori noſtro coquenti ac digerenti præpotentes, natura ſtimulata foras protrudere laborat. Hinc pro excrementis, tam primæ quam ſecundæ ac tertiæ coctionis, emunctoria ac foramina ſtruxit varia, quorum in ſuprema cauitate ſeptem, in infima duo numerantur. His & pori accenſendi, de quibus *Bartholinus & Schenkius.*

Quod primæ coctionis recrementa, quæ per aluum natura eiicit, ſpectat, peccant ea vel vltra tempus retenta, vel ante tempus excreta. Prius ſi accidat, Literatis incommoditates plurimæ oriri poſſunt. Inde nimirum caput vaporibus tentatur, vniuerſum corpus ingraueſcit, ventriculi coctio impeditur, & appetitus deiicitur, lumbi imbecilles redduntur, vt habet *Jonſton. Syntagm. Med. vniu. lib. V. tit. III. cap. 2. art. 3.* Igitur *Horſtii* conſilium hic locum meretur, quo excretiones quotidie promouendas præcipit, quod etiam natura prouida facere laborat, quando temperantiæ ſtudium, cauſas morborum mire præcauens, colitur, dum aſſumta in debita proportione ita immutantur ac fermentantur, vt homogenea vi caloris natiui partium nutritioni ac conſeruationi ſeruiant, heterogenea vero per conſueta naturæ loca, vi facultatis excretricis, ſecernantur. At vero cum ſæpius intemperantiæ, Medicorum nutriculæ, litetur, multi ſaltem neutralitate ſanitatis contenti eſſe coguntur, & ſæpe alui obſtructionibus aliisque incommoditatibus obnoxii redduntur. Hinc vt temperantes natura; ſic intemperantes ars iuuare debet, inque fæcibus vltra tempus retentis inter alia *Solenandri* linimentum commendatur, cuius deſcriptio hæc eſt.

℞ ℴℴ *amygd. dulc. recent. pingued. anſer. butyr. mai. vnguent. dialth.* a. ℥iv. *colocynt. gr.* XVI. ⊖ ℈iß. *ſpecier. hier. ſimpl.* ℈j. *dacryd. gr.* IV.

M. F. l. a. vngu. ad illinendum umbilicum.

Solet etiam cum fructu ♀ri essentia cum 🜄 alcolisato extracta, & in leni calore ad iustam consistentiam redacta, ad guttas X. vel XV. in haustu vini singulis diebus, vesperi a cœna exhibita, in alui fæcibus mouendis commendari.

Prunorum decoctum & suauitate & operandi promtitudine multa superat, maxime, si ei adiiciantur grana aliquot *dacryd. fol. Senn. Alexandr. Cryſtall.* ac *Cremor ♀ri.* Pastui præmittendum hoc est, sic aluum seruat apertam, viresque adstringentium, si quæ assumantur, maxime obtundit.

Quibus vina arrident medicata, ii tempore verno *flores acaciæ nostratis* colligant, vt ad vindemiæ tempus reseruatis vinum recens affundere, & fermentationi committere possint. Paradigma potest esse sequens.

℞ *vini opt. recent. canth.* LX. *flor. acac. noſt.* m. XVI.
paſſ. min. ℔. ß. *prun. Damaſc.* ℔ii.
cinnam. fœniculi ā. ℥ii.

Omnia hæc dolio committantur, & ad macerandum in cella reponantur. Vbi per mensem hæc mista steterunt, vinum viribus imprægnatur tum alterandi, tum aluum egregie laxandi, vt mane alternis diebus, modice potum obstructionibus varii generis resistat. Quibus cereuisia vino substituenda est, ii cereuisiæ laxandi vires conciliare possunt, summitatibus *centaurii min. fumariæ, meliſſ. ſena Alexandr. rad. polypodii, aloe,* & similibus.

Quos pilularis forma delectat, assumere possunt pilulas Aquapendentis, paratas ex aloe rosata, ante cœnam. Primas euacuant vias, & viscera roborant sine noxa, quæ succo rosarum emendatur. Quod si exaltatio virtutis harum pilularum optetur, *decocto fol. ſen. Alexand. panchymag. Croll. dacryd. trochiſcis Alhandal* id præstatur. Sic in sphæram actiuitatis sublimiorem locatæ, in dosi minori, duorum triumue gra-

norum

norum pondere, felicius & quidem ſine noxa operantur. In vſu poſſunt eſſe & aliæ conſimiles, menſtruo accommodo ad aloes extractionem adhibito, quo nomine Francofurtenſes, Glaſſianæ, *Nobiliſſ. D. PRÆSIDIS*, *Præceptoris mei ſubmiſſa obſeruantia proſequendi*, & ex magis compoſitis marocoſtinæ, vel etiam ☿eæ *Quercetani*, *Bontii*, *Schroederi* vulgato ſunt in vſu, aſſumendæ ſemel vel bis, pro diſcrimine circumſtantiarum, in ſeptimana.

E contrario, quando alimenta ante tempus excernuntur, videndum, num cauſa adſcribenda aſſumtis alimentis, an viſceribus coquentibus, an venarum lactearum obſtructioni. Si aſſumta in cauſa, mutanda ſunt, eorumque loco aſſumenda facilioris digeſtionis alimenta. Si viſcera debilitata, confert vſus ♎ ⊖*lis*, ⊕*li* ad gutt. 6. vel 8. ante paſtum ſumti, *theriaca, miſtura ſimplex, elixir proprietatis ſ. & antiſcorbuticum, eſſentia ligni aloes*, ♂ *abſinthiaca, decoctum carlinæ*. De poſteriori notari meretur, quod voto in diuerſis ſubiectis ita reſponderit, vt vltra expectationem ab vſu eius viſcera priſtinæ conſtitutioni fuerint reſtituta. Idem locum habet, quando viæ lacteæ obſtructæ chylum præterlabi patiuntur, cum aperiendi vi polleat eximia. Eundem in finem commendandæ etiam ſunt *radices aperientes, graminis, rubiæ, eryngii, capparum, ononidis, apii, fœniculi, aſparagi, petroſelini, ruſci, tinctura ligni ſaſſafras eiusque decoctum.*

CAPVT II.

De ſecundæ coctionis recrementis agit.

SEcundæ coctionis, quæ a veteribus in hepare, a recentioribus rectius in corde ac toto ſanguine fieri ſtatuitur, excrementa varia obſeruantur. Horum famoſiora ſunt ſeroſum,

per renes; biliosum, per porum choledochum excretum.

Vtrumque nisi tempore iusto excernatur, turbas dare potest molestissimas. Qui autem sibi hic consultum cupit, atque serosorum excretionem promotam, id operam det, vt alimentis admisceantur diuretica, quibus vrinæ excretio iuuetur, variorumque malorum genesis præcaueatur. Talia sunt, præter radices aperientes dictas, *semen anisi, fœniculi, chærefol. baccæ iuniperi, nux moschata, amygdala amara, nuclei persicorum, aqua destillata cinnam. cubebæ, cardam.* ⌒ *salis, medicamenta* ♀*rea.* A quibusdam *butyrum* non salitum recens, ieiuno stomacho nucis castaneæ quantitate quotidie sumtum, vias vrinarias laxare, ad vrinæ secretionem inseruire, ac sabulum calculi futuri tollere, dicitur.

Ne ductus bilarius obstruatur, vsus radicum aperientium itidem præcauet, specifice *Rhabarb.* eiusque *extractum, anima, essentia* & *pilulæ,* apertum tenent choledochum. Nec cereuisia medicata, de qua paulo ante, fauet eiusmodi obstructioni, quin potius quotidianus vsus laudabilem crasin partibus conciliat internis.

His liquorem pancreaticum annecterem, nisi autores in eius origine deducenda diuersas fouerent sententias. Sapore se prodit multiplici; modo acido, modo dulci, modo insipido, modo amaro, sicque ansam dubitandi multis præbet, an ad chylosam, biliosam aut lymphaticam naturam accedat, quod posterius tamen verum est.

Si obstructio huius præsens præsumatur, medicamenta laxantia, capite præcedente descripta, non sine fructu in vsum vocantur. Vomitoria quoque indicationi huiusmodi satisfaciunt, cum Literati præ reliquis hypochondriorum obstructionibus reddantur obnoxii, & vomitoria eorundem euacuationi inter alia apprime destinata sint.

Fluxus

Fluxus hæmorrhoidum commodius huc refertur, & rite habens a multis præseruat morbis. Aperiuntur autem vasa hæc hæmorrhoidalia in quibusdam quarto quoque anno, in aliis singulis annis, vt notat *Rondeletius cap. 23. meth. cur. morb. lib. 3.* In aliis multo frequentius. Fluxus eorum nimius, secundum *laudatum Autorem*, sistitur sanguinis missione e brachio, medicamentis repellentibus, sympatheticis, abstinentia: Promouetur interne aloeticis, exterius foliis ficuum aut panno laneo sedi affricatis.

Spirituosum excrementum, fuliginosum vulgo dictum, quod per pulmones emitti solet, commodissime promouetur exercitiis moderate institutis.

CAPVT III.

De tertiæ coctionis recrementis.

NEque tertiæ coctionis, quæ singulis partibus relicta, insuper sunt habenda recrementa. Et qui eorum rite separandorum curam gerit, non minus sanitati, quam munditiei studet. A *Sennerto* duplex illud statuitur, crassum ac tenue.

Crassum sunt impuritates per cutem dispersæ, & indumentis eam ambientibus inhærentes, nec non aurium, oculorum, narium ac dentium sordes; Tenue, quod per ἄδηλον διαπνοὴν e poris euolat, vel sensibiliter per sudores emanat. Vtrumque debitam requirit separationem.

Illud tollendum (1) balneorum vsu conuenienti, (2) crebra indumentorum mutatione, (3) auriscalpiis, (4) matutinis oris ac faciei collutionibus, (5) motu moderato.

Huius siue tenuioris sequestrationem promouent frictiones, corporisque exercitia, loco proportionato instituta. Sic pori aperiuntur, ac principiorum nostrorum mutuo colluctantium superfluitates subtiliores facilius egrediuntur. Sudores

in

in ſubiectis diſpoſitis promoueri poſſunt *Rob iuniperi, ſambuci,* ⁓ *iuniperi, ſamb. miſt. ſimpl. Bezoard, mineral.* ad gr. VI. & VIII. *Cornu cerui uſt. Philoſoph. præparat. &c.* Si cutis adſtrictior ſecretionem impedit, *Horſtius* iubet non modo lectorum tegumentis circa ſolis ortum ſudores adiuuare, ſed balneis etiam moderatis aquæ dulcis, tempore iuſto adhibitis, cutim adſtrictiorem attenuare ac humectare, ſicque habitum corporis muſculoſum a ſeroſorum copia liberare.

Non ſilenda Venerea excretio, ſpeciei non modo, ſed etiam ſanitatis cauſa conſtituta. Quæ an ad ſecundam coctionem, an ad tertiam referenda ſit, mihi decidendum hac vice non ſumo.

Sanguinis actiua principia ita hic exaltata eſſe videntur, vt ſemen non immerito in Elixir quaſi nobiliſſimum abiiſſe, cum *VVilliſio* dicendum ſit. Naturalis huius conſtitutio mire ſanguinem, imo totum corpus afficit. Viuido quaſi fermento ſanguinem imprægnat, vt volatiliſetur optime, totumque corpus ſuffundatur colore amœniſſimo non tantum, ſed & calore ac virium robore exoptato. Circa huius igitur excretionem quædam veniunt notanda. Ii, quibus fœdera matrimonii ſacra

- - - Veneris decerpere fructus

permittunt, decerpant (1) præ aliis ii, qui calido ac humido ſunt temperamento, ſucculento ac optimo corporis habitu conſtantes. Hos bene iubet ſperare *κλινοπάλη*, monente *B. Rolfincio.* (2) Parca ſeu moderata manu decerpant, quod eſt præceptum *Æginetæ l. 1. c. 35.* τὰς σφοδρὰς ἐπιθυμίας οὐκ ἐπαινῶ, ἀλλὰ κελεύω τότε πλέον ἀντέχειν, καὶ μάλιστα οἷς νοσημά ἐστιν. Coniugatis ter in hebdomade *Campanella* concedit, non coniugatis ſemel in menſe, niſi religio obſtaret. Videtur tamen autor dictus iuſto liberalior erga coniugatos, præprimis non optime nutritos. Sæpius citatus *D. Rolfincius Method. commentator.*

tator. lib. 14. sect. 7. c. 7. rectius prudentia ait congressus moderandos esse, eoque allaborandum, ne vires capiant detrimentum. Addi potest, ne forma externa patiatur iacturam. Canities, caluities, coloris deformitas vulgo Veneris nimiæ sunt pedissequæ.

SECTIO V.

CAPVT VNICVM.

Περιέχοντα *breuiter examinat.*

HUc aer ambiens, balnea atque vestitus spectant. De aere superius, & quibus ibi qualitatibus agit, iisdem agit & hic loci, notata saltem differentia, quod ibi inspirando; hic vero ambiendo.

Balnea non sunt promiscue vsurpanda. Iis, qui gracilioris naturæ sunt, ac plus de salino ac ♀reo participant principio, quam de reliquis, *Ionstonus* præcipit aquæ tepidæ balneum. Hoc mordacitatem ac humorum acrimoniam temperat, munditiemque procurat.

Frigida contra aqua poros constringit, nec quicquam effluere sinit. Calorem ac Spiritus ad interiora repellit, quemadmodum videmus tempore hyberno vinum dolio inclusum circa latera dolii congelatum, in medio vero vinum contineri spirituosissimum. Ex hypothesi hac videtur balneum aquæ frigidæ internarum partium obstructionibus conuenire, si coniunctum sit cum agitatione membrorum. Vires ac subtiliores particulæ frigiditatem aquæ in balneo frigido fugientes petunt interiora, vnitæ hinc fortiores sunt, viasque obstructas facilius peruadunt, quam hinc inde per membra dispersæ.

Plethoricis, cacochymicis, catarrhosis, aut plane nullus, aut admodum parcus balneorum vsus concedendus; Inflammationi ac erysipelati obnoxiis interdicendus.

In *Vestitu* eo respiciendum, vt corpus ab aeris iniuria defendatur, eique libera perspiratio conseruetur. Habent insuper vestes eam commoditatem, quod sæpius mutatæ sordes cutis auferant, perspirationemque promoueant. Qui corpus iunceum reddere vestibus laborant arctioribus, male sibi consulunt; quomodo enim pulmonum motui reciproco & sanguinis circulari reseruent libertatem, non video. Arctiora indumenta nec respirationi, nec sanguinis circulationi fauent. Laxiora præferenda. Vtque gratum & confortantem odorem spirent, in vestiariis poma odorifera, pulueres odorati e *cypero, iride Florent. ambra, moscho* aliisque compositi reponendi sunt.

Iidem pulueres, cyprii dicti, capiti inspersi & capillamentis, siccant, spirituumque animalium vires insigniter corroborant.

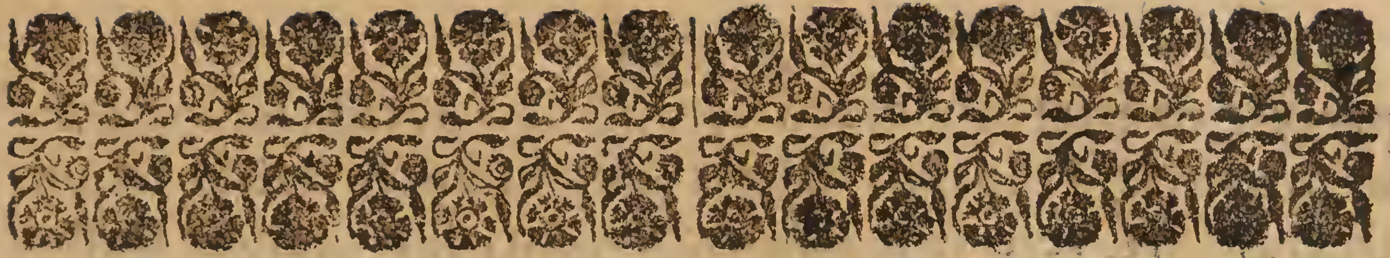
Qui cucuphæ vsu cerebri corroborationem intendunt, possunt vti sequenti vel alia formula:

℞. *rad. irid. Flor. cyp. rot.* a ℥iij.
lign. Rod. ℈ii. *xyloaloes* ℈i.
fol. saluiæ, rorismar. a. mß. *summ. stœch. Arab.* No. V.
flor. lilior. conuall. lauend. a. p. ii.
sem. coriandr. basilic. a. ʒii.
cinnam. cubeb. gumm. benzoes,
styrac. cal. succin. mastich. a. ℥ii.
troch. gall. mosch. ℈i. Incisa g. m.
& contusa D. in Charta, excipiantur mitra, capiti coaptanda.

Hic pedem figens Lectorem Beneuolum rogo, vt, quæ exercitii ergo censuræ eius beneuolæ hac vice subiiciuntur, candide interpretetur, erroribusque iuuenilibus veniam concedat beneuolam. Quin accuratius ac prolixius proponi potuissent, nemo dubitat: Verum

Autumnus, quæ dat, non ver producit & æstas.

ADDIT.



ADDITAMENTA

PARADOXA.

L. B. S. P. D.

GEORG. WOLFFG. WEDELIVS.

CVm tertia vice edenda eſſet Diſſertatio hæc, dubitauimus quidem, more noſtro, interpolare hoc argumentum; attamen non poſſumus non partim B. L. remittere ad declamationem noſtram de *intemperie ſtudiorum*, quæ præfationis titulum ſubit *Decadis tertiæ Exercitationum medico-Philologicarum ſacrarum & profanarum*, partim ad complendum plagulæ ſpatium, Paradoxa quædam, diætam literatorum vnice ſpectantia, annectere.

PARADOXON I.

Quo magis vrgentur ſtudia, eo minus proficiunt.

NOn poſſunt enim eo feruore continuari, quo cœpta fuere, quin fatiſcant vires. Qui niſu maiori dies & noctes operantur ſtudiis, ſimiles videntur illis, qui continuo cibum oggerunt nolenti volenti ventriculo, nulla ad digeſtionem relicta mora. Non ſatis eſt cœpiſſe bene in literis, ſed &

pergere oportet, quomodo vero id fieri poteſt, ſcrupulo iniecto in via? Properati caloris ſtimulis flores nullos ferunt fructus. Hi vero ſunt finis ſtudiorum, ſine quibus fruſtra ſunt omnia. Τῷ χρόνῳ *tempore* opus eſt, quod non temere licet anticipare.

PARADOXON II.

Qui bene dormit, bene ſtudet.

Mirum quantum delinquunt literis dediti, qui vigilatas ex ordine ducunt noctes, ſomnum capientes non quantum debent, ſed quantum volunt. Verum eſt, ſomno vtendum, quæ *Ageſilai* erat vox, non vt ἄρχοντι, vt domino, vtendum tamen vt amico, vt remedio. Sufficienter dormiendum eſt, nil temere demendum tam neceſſario penſo corporis. Sic vires reparantur, ſic ſufficiunt ſpiritus, alias breui non ita ſuffecturi.

PARADOXON III.

Plenus venter ſtudet libenter.

Vetus præceptum eſt *Hippocratis:* vbi fames, ibi laborandum non eſt. Aſt animi labor corporis laboribus contra laſſat, & remiges motus omnis ſpiritus depoſcit, qui, ſi genium defraudes, duplici mactantur plaga, facere, quæ velis, nec refici fomentis debitis coacti. Fruſtra hinc ſunt, qui non tantum ad ſtateram, ad demenſum, vnciatim cibum & potum vix ſuggerunt corpori, ſed & in hoc momentum ſanitatis ponunt; qui vno paſtu contenti noctem quietam & mentem magis ſerenam ſibi ſpondent ad ſtudia, & valetudinis integritatem ſcilicet. Contra ea ferundo ſunt oneri ſpiritus, & vires ſatis ſuppetunt, ſi nil deroges armamentario publico, nec commeatus deſit.

PARADOXON IV.

Otia non dant vitia.

O miſeros homines, qui nullum ſibi concedunt otium, intempeſtiuo labore proſequentes amœna ſua Muſarum ſtudia! Ita vero non relinquitur ſibi mens, nec eruit, quod poterat, ſepulta in librorum euolutione, intenta voluminibus, addicta laboribus, vtut liberalibus. Melius longe faciunt, qui honeſto otio abſtrahunt ſe quandoque a ſtudiis, qui libertatem ingenio permittunt, qui diuertunt ſpiritus ad obiecta alia quoque licita, ſpeculantes diuina opera, campos, ſyluas, hortos, nec ſeruilia ſic reddunt ſua officia. Hi ſane floridiores meditationes concinnant, eaque inueniunt otioſi, quæ negotiis librariis innexis non in mentem vnquam veniſſent. Non ergo dant vitia hæc otia interpolata, non animo, qui inde ſerenatur magis, non corpori, quod quietem amat.

PARADOXON V.

Pluribus intentus minor haud ad ſingula ſenſus.

VArietas in omni genere ſtudiorum oblectamento eſt. Capaciſſimus eſt humanus animus, & æque obruitur vno aliquo ſimplici quaſi obiecto, quam pluribus. Quin ſi ab hoc illo diuertatur paulo ad aliud, vegetior redit ad priſtinos labores. Eſt & ob id polymathia neceſſaria & accommoda, vt quæ ad eſſe faciunt ab iis quæ ad bene eſſe diſtinguas quidem, ſed eadem quoque iungas ſibi. Hinc, quod dicebat ille, qui non eſt in ſingulis aliquid, in toto eſt nihil. Non debet adſtringi vaſtitas ſtudii cuiuslibet ad

curtam ſuppellectilem, nec vaſtitate tamen terreri ingenia, ſed demulceri potius ac deliniri ſciendi auidiſſima.

PARADOXON VI.

Venus non eſt ingenii memoriaue peſtis.

MAxime damnata eſt communiter eadem & male audit apud literatos, quaſi & ſpiritus, & vires omnes depauperet nimis, & auſim dicere, vel ob hoc quosdam minus ad τὰ ἀνόητα ferri, vt tanto magis ſapiant. Falluntur tamen vt illi, qui corpori ſubtrahunt debitum præbium; ita & qui ad ſacra eleuſinia plus iuſto horrent. Eſt ſua & veneri vis ad ſuſcitandos animos, modo cætera ſint paria; eſt corpori ſuum ſuperfluum, quod huc redundat, & ſphæram ſuam abſoluit.

PARADOXON VII.

Nec vita ſedentaria, nec ſtataria fauet ſtudiis ac ſanitati.

DUm inſtar claudi ſutoris incumbunt libris, nec mouent corpus, obtorpeſcunt ſpiritus ac humores vitales, nec promouetur circulus debitus, inde obſtructiones, & lerna malorum. Id vero proletarium eſt, & ſatis iam notum. Remedium contra hæc quæſitum peius fere eſt cauſa morbifica, ipſa vita ſtataria puta, laſſans ſumme vniuerſum corpus, nec tollens culpam ſedendo promeritam. Vtrique peccant, dum otio procul otiantur tamen, & fatigando ſpiritus laſſant corpus, non ſuffecturis vtrisque ad continuandum vſum.

PARA-

PARADOXON VIII.

Nulla diæta optima est diæta.

SOlent literati ſtrictiori ſe alligare in omnibus communiter diætæ, ſeu aerem ſpectes ipſum, cui ſe vix & rarius exponunt liberiori, ſeu cibum & potum cumprimis, ſeu alios eiusdem loculos. Illa vero ab antiquis dudum reprobata eſt ſapientibus, Hippocrate, Celſo, & vniuerſo ſaniorum medicorum choro. Non debent ſana corpora iſtis adalligari legibus, & proſpicere quidem ſibi, ac a iuuantibus & nocentibus captare prudentiam moderandi corpus, nil tamen temere denegare ſeu ventriculo, ſeu corporis curæ reliquæ. Libertatis amans eſt homo, ſed honeſtæ, & qui ſui iuris eſt, non vtendo priuilegium non amittere debet. Sanis qnippe omnia ſana, & πάντα μέτρια, *omnia moderata* optima.

PARADOXON IX.

Optimum medicamentum medicamento non vti.

NOn tam moraliter id verum eſt, quid enim melius in vita humana, quam non egere medicina? non tam in morbis his illis, quam pluribus caſibus, ipſo fatente *Coo l. de artic. cap. 35. t. 6.* ſed cumprimis in diæta literatorum ſeruanda. Non temere purganda corpora ſana, nec continuanda indies medicamenta, ad nauſeam vsque ventriculi & vniuerſæ naturæ. Satis eſt, ſanos parum eſſe onerandos iisdem, ſatis eſt etiam, in ſymptomatibus arcendis his illis hypo-

hypochondriacis, solennia obseruare tempora anni, si quidem aliquo opus sit; reliquis quiescere. Nec pilularum aloeticarum crebrior vsus, educendo scybala æque ad vitam longam vel sanitatem prodest; nec alia, cæteroqui longe optima, quotidiano vsu possunt esse proficua.

PARADOXON X.

Affectus hypochondriacus non est morbus literatorum.

ABsit hoc a bonis literis, vt cum cibus sint animi, corpori labem affricent ullam. Verum est videri pallentes, valetudinarios, infirmos literatos, ast sua, non literarum, culpa. Nonne satius est, modum tenendo proficere magis, quam turbando omnia intempestiuo studio? Est sane & Hygea bonarum literarum soror, nec tam infortunati sunt illarum studiosi, vt ad morbos, ad vitæ breuitatem properare debeant. Et si contingat aliunde labefactari corpus, maiori illorum prouidentia & præseruari & curari possunt longe facilius.

